

A close-up photograph of several hands of different skin tones holding and interlocking pink ribbons, symbolizing breast cancer awareness. The ribbons are bright pink and are being held in a way that they overlap and support each other. The background is softly blurred, focusing attention on the hands and ribbons.

**MENU**

**OCTOBRE**

**2023**





# SEMAINE 1

on n'oublie pas le goûter :  
fruit et gras végétal, sorbet et  
noisettes concassées....

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT- DÉJ	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Tarte aux légumes et fromages	Galette de sarrasin complète
DÉJEUNER	Gratin de pâtes au poulet avec beaucoup de poulet	Cordons bleus maison & salade	Saucisses & risotto aux poivrons	Pavé de boeuf sauce au bleu & riz	Filet de poulet à la crème & haricots verts	Aubergines à la parmigiana	JOKER
DÎNER	Filet de lotte au four & légumes sautés	Oeufs mollets & salade de tomate burrata	Fricassée de calamars à l'italienne	Escalope de dinde grillée & courgettes	Frittata aux courgettes, tomate et un peu de chèvre	Jambon blanc & caponata	Saumon fumé & salade verte





# SEMAINE 2

on n'oublie pas le goûter :  
fruit et gras végétal, sorbet et  
noisettes concassées....


	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT- DÉJ	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Crêpe complète de blé noir	Pizza en rajoutant du fromage
DÉJEUNER	Risotto crémeux aux coquilles saint jacques avec beaucoup de st jacques	Escalope de poulet grillé & risotto aux tomates confites	Steak haché aux champignons & boulghour	Côtes d'agneau & risotto aux carottes	Poulet aux olives & quinoa aux tomates	Bavette à l'échalote & pommes de terre sautées	JOKER
DÎNER	Filet de dinde & mousse d'aubergines et son confit de poivrons	Jambon blanc & salade de tomates	Raie aux câpres & ratatouille	Courgettes sautées jambon & salade verte	Moules à la crème	Jambonneau & salade	Bulots et bigorneaux & salade verte





# SEMAINE 3


on n'oublie pas le goûter :  
fruit et gras végétal, sorbet et  
noisettes concassées....

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT- DÉJ	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Crêpe complète	Pizza
DÉJEUNER	Boulettes kefta & semoule	Gnocchis maison sauce tomate	Patate douce farcie à la mexicaine	Curry de crevettes & pommes vapeur	Hamburger	Roti de boeuf & frites	JOKER
DÎNER	Curry végétarien chou fleur-brocolis	Truite aux amandes & courgettes	Escalope de dinde au curry & haricots verts	 Sauté de porc au cidre & tomates au four	Omelette aux cèpes & salade verte	Plateau de fruits de mer	Omelette parmesan & champignons



# SEMAINE 4

on n'oublie pas le goûter :  
fruit et gras végétal, sorbet et  
noisettes concassées....

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
PETIT- DÉJ	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	Fromage & pain grillé	JOKER	Crêpe complète
DÉJEUNER	Rognons de veau au madère & boulghour	Saltimbocca de poulet & Tagliatelles	Saucisses & haricots blancs	Roti de porc aux lardons & pois chiches aux tomates	Mijotée de courge au chorizo avec beaucoup de chorizo	Poule au pot & riz	JOKER
DÎNER	Jambon blanc & carottes rapées au cumin	Salade de thon	Crevettes & salade	Salade de spaghettis de courgettes et oeufs mollets	 Chou fleur gratiné au jambon avec beaucoup de jambon	Gratin de saumon aux brocolis	Gratin de fruits de mer

A close-up photograph of several hands of different skin tones holding and interlocking pink ribbons, symbolizing breast cancer awareness. The ribbons are bright pink and are being held in a way that they overlap and support each other. The background is softly blurred, focusing attention on the hands and ribbons.

**MENU**

**OCTOBRE**

**2023**

